



## 5 peligros del consumo de grasas trans

Durante las últimas décadas las grasas trans se han convertido en un ingrediente muy común, y lamentablemente forma ahora parte de nuestra alimentación diaria.

Grasas trans, grasas hidrogenadas o grasas parcialmente hidrogenadas, son tres nombres por los que esta sustancia se ha dado a conocer, como también sus nocivos efectos sobre nuestra salud. [Leer más](#)



## Salud emocional en la adolescencia

La salud emocional está muy relacionada con la felicidad, por lo tanto si queremos que nuestros hijos se sientan felices en la complicada etapa adolescente, su salud emocional puede ser crucial. ¿Pero cómo podemos ayudarlos en un aspecto tan íntimo? De eso hablaremos aquí hoy. [Leer más](#)



## La cúrcuma con el desayuno mantiene la agudeza mental

Parecer ser según últimos estudios que consumir un gramo de cúrcuma con el desayuno todos los días puede ayudar a mantener la agudeza mental, especialmente a medida que se envejece. La especia que da al curry su color amarillo, puede incluso detener o revertir la diabetes en etapa temprana, dicen los investigadores. El compuesto activo de la cúrcuma es la curcumina, y es la que se cree que tiene las cualidades saludables.

### EBOOK

- Una obra de más de 3.000 páginas de valor incalculable.
- Información extraordinaria que mejorará tu salud.
- La satisfacción de todos nuestros lectores.
- Y la experiencia de muchos años en medicina natural.



**¡CONSIGUE YA TU EBOOK!**

### Artículos recomendados



**La Medicina Natural: ¿es lenta en la curación de la enfermedad?**



**Coma con moderación**



**La combinación de los alimentos**

### Comentarios recientes

- [mi esposo tiene manchas rojas en las piernas](#) hace 8 meses 1 semana
- [ENFISEMA](#) hace 8 meses 1 semana
- [caseum](#) hace 8 meses 1 semana
- [falta de energía](#) hace 8 meses 2 semanas



## 5 peligros del consumo de grasas trans

Durante las últimas décadas las grasas trans se han convertido en un ingrediente muy común, y lamentablemente forma ahora parte de nuestra alimentación diaria.

Grasas trans, grasas hidrogenadas o grasas parcialmente hidrogenadas, son tres nombres por las que esta sustancia se ha dado a conocer, como también sus nocivos efectos sobre nuestra salud. [Leer más](#)



## Salud emocional en la adolescencia

La salud emocional está muy relacionada con la felicidad, por lo tanto si queremos que nuestros hijos se sientan felices en la complicada etapa adolescente, su salud emocional puede ser crucial. ¿Pero cómo podemos ayudarlos en un aspecto tan íntimo? De eso hablaremos aquí hoy. [Leer más](#)

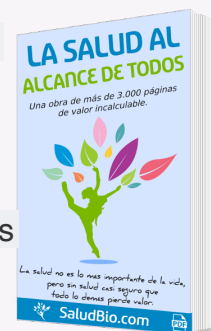


continúa ...

Al bloque principal de la web  
le sigue el aside lateral

### EBOOK

- Una obra de más de 3.000 páginas de valor incalculable.
- Información extraordinaria que mejorará tu salud.
- La satisfacción de todos nuestros lectores.
- Y la experiencia de muchos años en medicina natural.



**¡CONSIGUE YA TU EBOOK!**

### Artículos recomendados



**La Medicina Natural: ¿es lenta en la curación de la enfermedad?**



**Coma con moderación**



**La combinación de los alimentos**

### Comentarios recientes

- [mi esposo tiene manchas rojas en las piernas](#) hace 8 meses 1 semana
- [ENFISEMA](#) hace 8 meses 1 semana
- [caseum](#) hace 8 meses 1 semana
- [falta de energía](#) hace 8 meses 2 semanas

Portada  
Quiénes somos  
Aviso Legal  
Contacto

Enfermedades  
Homeopatía  
Plantas  
Alimentación  
Salud  
Terapias

*cerrar menú*



## 5 peligros del consumo de grasas trans

Durante las últimas décadas las grasas trans se han convertido en un ingrediente muy común, y lamentablemente forma ahora parte de nuestra alimentación diaria.

Grasas trans, grasas hidrogenadas o grasas parcialmente hidrogenadas, son tres nombres por las que esta sustancia se ha dado a conocer, como también sus nocivos efectos sobre nuestra salud.



## Salud emocional en la adolescencia



**Menú móvil**

### **Puntos a recordar:**

- **Utiliza iconos como fuentes.**
- **Utiliza una estructura adecuada de etiquetas HTML5.**
- **Flexibiliza la web de tal forma que sea fácilmente adaptada a móvil.**
- **La adaptación a móviles es imprescindible para aprobar el examen.**